

第94回関東学生陸上競技対校選手権大会(関東インカレ)は5月14、17日、横浜市の日産スタジアムで開かれた。400メートルで佐藤孝太郎(経営3)が優勝し、堀井浩介(経営3)が準優勝のワンツーフイニッシュ。2人が出場した1600メートルでは初優勝を果たした。3分06秒05は城西大新記録の快挙だった。3000メートル障害では河名真貴志(経営4)が7位入賞。4000メートルハードルでは鍛冶木峻(経営2)が5位、佐藤陽太(経営4)が8位に入賞した。男子は得点32で、9年連続1部残留を決めた。女子は上田未奈(経済1)が1500メートルで2位、800メートルで5位、福居紗希(現代政策2)が1万メートルで3位、5000メートルで5位に入賞。2人とも表彰台に上がった。

陸上競技

9年連続の1部残留決める



▲1走・堀井(右)から2走・渡部(左)へ

▲3走・佐藤(右)から4走・鍛冶木(左)へ



表彰式場で笑顔を見せる佐藤(上段左)、鍛冶木(上段右)、堀井(下段左)、渡部(下段右)

男子4×400メートル最後の種目である男子4×400リレー。最も多くの人々が注目し、選手団が大いに盛り上げる種目だ。400メートル優勝の佐藤孝太郎(経営3)、準優勝者の堀井浩介(経営3)のふたりに鍛冶木峻(経営2)と渡部佳朗(経営1)を加えた4人で挑み、城西大学新記録で初優勝という大金星をあげた。

予選は、堀井―渡部―鍛冶木―佐藤の走順で3着で決勝進出を決めた。決勝は堀井―渡部―佐藤―鍛冶木の走順を変更した。その理由を千葉佳裕監督は「予選の走りを見て、普通に挑んでも勝てないと思った。城西が勝つためには、周りが嫌がることをして場を荒らすしかなかった」と説明した。3走にエース佐藤を持つことで差を

男子4×400メートル

城西大学新記録を樹立

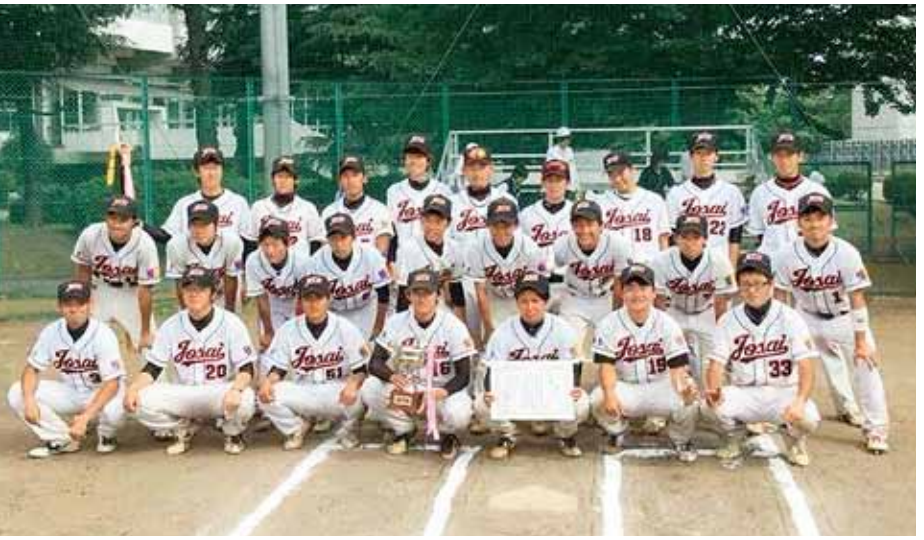
つ、他校には新入生が多かったというアンカーを鍛冶木に託した。今回の優勝は選手の実力に加え、監督の見事な采配が功を奏した形だった。

堀井は「何が何でもトップで渡部とバトンを渡したい気持ちでいた」と語った。渡部は「400メートルの1位、2位と一緒に走るので、負けたら自分のせいだというプレッシャーがあった」と言う。佐藤は「個人の400メートルで選り、みんなでひとつなので決勝が怖かった」と本音を吐露した。鍛冶木は「正直、4走は速い人が多かったのですが、りたなかった。しかし、みんなが1番で繋いでくれた。抜かれるわけではなかった」と粘りを見せ逃げ切った。

【岩内菜緒】

関東インカレの写真は、知見寺美紀・吉田美咲・岩内菜緒が撮影

関東選手権大会 全勝優勝



▲関東選手権優勝の男子ソフトボール部

女子ソフトボール部も、シード権を獲得し、6で敗れた。第三代表として全国への切符をつかんだものの、課題が多く、残る結果となった。

男子とともに、今年は関東にとどまらず全国の舞台での活躍が期待される。

【岩内菜緒】

男子ソフトボール部は、との対戦を9-0で大勝し、準決勝では高崎1-0で1部リーグで全勝優勝を挙げており、全国での舞台での活躍が大きい。優勝で全国大会への切符をつかんだ。今大会に先

【岩内菜緒】

強豪に勝利も春季リーグは6位



【松岡遊史】

春季リーグは4月11日、強豪・東海大学戦から開幕した。昨年1年を通して未勝利だった東海大学戦の第1試合は序盤から得点を重ね、7-2で見事勝利を挙げた。しかし、第2試合では最優秀防御率のタイトルを手にした中川皓太投手の前に1安打に封じられ、0-6で完封負けを喫した。

帝京大学戦では、第1試合を4-9で落す。第2試合では両チームの投手が粘り、2-2のまま延長戦へ突入。11回裏、先発の竹脇大貴(現代政策3)が3球で簡単に2アウトを取ったが、その後、2番に連続の二塁打を浴び、172球の熱投も空しくサヨナラ負けを喫した。今リーグ初の連敗となった。

また帝京大学戦同様、昨年春季リーグ以降勝利から遠ざかっている筑波大学戦の第1試合では、0-1の九回裏、2アウトからの同点に追い付き、続く十回裏も2アウトからサヨナラ勝ちを収めた。先発竹脇の141球の熱投が、この試合では報われた形となった。第2試合では、3回ハインズの九回表、2アウトから粘りを見せて2得点するも、あと一歩及ばず6-7で惜敗した。

春季リーグは結局、8チーム中6位に終わったが、昨年度の秋季リーグでは勝利を収めることができなかった強豪の東海大学、筑波大学、桜美林大学から1勝を勝ち取ることができ、勝率も.43と伸びた。秋季リーグに期待したい。

硬式野球部

秋季リーグに期待

サッカー部

県1部リーグは開幕5連勝 明治大に善戦 アミノバイタルカップ関東大会



▲尚美学園大戦に先発したイレブン



アミノバイタルカップ埼玉県予選は決勝まで勝ち進んだ。4月26日の決勝は平成国際大に0-1で敗れて連覇はならなかったが、埼玉県第2代表として5月23日の都県代表決定戦「フレイオ」に出場、国際道大に3-0で快勝し、関東大会・静岡県に駒を進めた。

5月30日に行われた1回戦の相手は、オリンピック代表・全日本大学選抜5人を擁する強豪、明治大学(関東1部リーグ)だった。メンバーに入らなかった部員も一丸となった盛大な応援をバックに、選手たちはチームの代表として全力プレーを發揮。後半ロスタイムに失点し、0-1の悔しい敗戦となったが、皆の気持ちの一つになった素晴らしい試合を見てくれた。明治大学はその後も勝ち進み、この大会で優勝しただけに、選手たちの頑張りは見事だった。

一方、埼玉県1部リーグ(前期)は5月30日の開幕戦で共栄大学に2-1と勝利し、順調な滑り出しを見た。その後、第2節(5月10日)は駿河台大学に2-1、第3節(5月17日)は文教大学に3-1、第4節(6月7日)は拓協大学に2-1、第5節(6月14日)は尚美学園大学に1-0と、開幕5連勝の快進撃が続いた。

チームの目標は、昨年果たせなかった関東大学リーグ2部への復帰だ。狼山誠監督は「明大戦では選手・チームとも自信をつけることができる。チームの状態も雰囲気も非常に良い。チーム一丸となって目標を達成したい」と話している。

記者の目

スポーツの魅力とJスポを多くの人に

私が初めて「城西大学スポーツ」(Jスポ)を知ったのは、陸上競技部に所属していたころだった。Jスポの学生記者の人たちがグラウンドに来て、取材をしている姿を見かけた。私は中学校から陸上競技部を始め、大学でも陸上競技部に所属したが、2年生の時に退部した。8年間も部活をずっと続けてきたため、辞めてからは寂しく感じることもあった。そんな時、当時の陸上競技部の監督からJスポを紹介され、入ることになった。陸上競技部にしか携わったことのなかった私は、他のスポーツの取材ができるか、そして記事を書けるか不安でいっぱいだった。しかし取材を重ねるうちに、次第に他のスポーツの魅力も十分に感じることができるようになった。貴重な経験ができたと思っている。

選手の立場から学生記者という立場に変わり、出来上がった新聞を手にした時は、選手の時とはまた違う達成感を味わうことができた。試合会場に足を運び、取材をしながら選手の応援をすることが何より楽しく、元気をもらった。Jスポに出会えて本当に良かった。残り少ない学生生活。Jスポの活動を大切に、今後も城西大学のスポーツを応援し続けていきたい。そして多くの人たちにJスポを知ってもらいたい。

【佐川由紀】

取材スタッフ			
編集長	菅野 3年	松岡遊史	
編集委員	菅野 4年	吉田美咲	
	菅野 3年	堀井浩介	
	菅野 3年	堀井浩介	
	菅野 2年	西村健太郎	
	菅野 2年	堀井浩介	
	菅野 2年	渡辺真輝	
	菅野 2年	本間智久	
	菅野 1年	足田彩海	
	菅野 1年	渡邊春花	
アドバイザー			
2014年度卒業 知見寺美紀			
Jスポフェイスブックはこちら			
▶ http://www.facebook.com/JOSAISPORTS			

1から

関東インカレ

400mリレー

関東インカレの男子400リレーは佐藤幸太郎（経営3）が46秒35で優勝し、織田記念に続く3目のタイトルを獲得した。堀井浩介（経営3）は準決勝で城西新記録の46秒15を出し、決勝では46秒57で準優勝となった。堀井は、ようやく6秒目入れたうえに、そこからいきなり秒近くタイムを更新できたことに自分でも驚いた。これからは秒台を出し、幸太郎を超えたい」と意気込みを語った。

アジア選手権で銅メダル獲得

佐藤幸太郎 2人は一番の敵は相手、という長さツバルだ。佐藤はインカレ

前日本代表として世界リレーを経験。今回の大会は堀井が一番怖かったが、（日本代表経験者と日本人に負けるわけはない）かなったと安堵の表情を見せた。佐藤はまた、6月3日から7日にかけて中国・武漢で行われた第61回アジア陸上競技選手権大会の400リレーで、46秒09の日本ベスト（城西新記録）を更新し、3位に入り、銅メダルを獲得した。この結果により、7月3日から10日にかけて韓国・光州で開催されるユニバーシアード競技大会の日本代表選手に決まった。日本のみならず世界の舞台で戦っていく佐藤の一層の活躍が期待される。

【岩内菜緒】

2人は日本選手権へ



400mハードル

ケガ乗り越え力走

佐藤陽太

主将として陸上競技場を牽引する佐藤陽太（経営4）は、400mハードルで8位に留まった。準決勝では51秒39で、高校3年にして4年ぶりの自己ベストを記録した。大学ではケガに苦しみ、なかなか思うように結果を残せていなかったが、ケガを乗り越え、自己ベストに「やっと降着いて、いい結果が出た」と語った。結果が出なかった時期に、大学の陸上部の主将は実力がいと務められない。実力のない自分が主将をやめるのは「レッシュ」に感じ、申し訳ないという気持ちもあった。態度で示すしかないと思い、とにかく練習を頑張ったと振り返る。

これからの目標については、9月に大阪で開催される日本インカレ出場を挙げた。現在、城西の400ハードルの選手は佐藤、鍛冶木峻（経営2）、渡部佳明（経営1）の3選手がベストタイムで参加目標の記録を突破している。3人が揃って出場するには、2人以上がA標準を突破しなければならない。佐藤は、「3人で出場するために、A標準の50秒80を切りたい」と力強く語った。

【渡辺真輝】

粘りの走りが入賞

鍛冶木峻

昨年はあと二歩及ばず決勝進出を逃した。今年は準決勝でチームメイトの渡部佳明（経営1）との

400mリレー

表彰台を期待された400リレーは、予選のレースで肉離れを起こした山口竜哉（経営4）を欠いて7位入賞に終わった。アンカーを務めた渡邊駿（経営3）は「予選で去年より良いタイム（39秒）を出せていたので、表彰台を狙えると思った。正直悔しい」と振り返った。

【渡辺真輝】

選抜された男子3名、女子4名が5月10日に行われた関東学生剣道選手権大会に参加した。この大会は、剣道部の目標である全国大会出場を果たすために必ず勝たなければならぬ試合だ。しかしながら、9人のほとんどが、2回戦敗退で、全国大会出場の難しさを、敗し、改めて実感する内容となってしまった。それでもそれぞれの実力がどれほどのものなのか計り知ることのできた良い機会だったという。

剣道部

関東学生剣道選手権に参加

これからの稽古内容、意識の変化につながることを期待している。

【西村健太郎】

夏、稽古に熱を

ゴルフ部

準優勝でCブロックに復帰

関東春季対抗戦Cブロックは5月28日、静岡県御殿場市の富士ナントリッククラブで開かれた。2日間にわたり、6人が出場し、上位5人のトータルスコアで順位を決める。城西大学は慶応大を次いで準優勝し、Cブロック復帰を果たした。

秋はBブロック昇格を目指す

主将の笠原将揮（経営4）は「正直言って、ダントツで優勝したかった。コースが難しい面もあったが、それ以外にもまだまだで結果に

男子駅伝部

自己ベストで入賞

河名貴志

1500リレーには平塚祐介（経営4）、西園喬介（経営4）、山本雄大（経営4）が出場した。全員の決勝進出が期待されていたが、山本のみが進出なかった。しかし、入賞には届かなかった。「位置取りに失敗してしまっ。昇格場がない形で終わってしまった」と振り返り、「点を稼ごうとできなかった」とは申し訳ない」と話した。800リレーで昨年は5位に入賞していた山本は準決勝にコマを進めたが、足の状態が悪く、うまく乗れなかった。

男子駅伝の中で、意地を見せたのは800リレーの河名貴志（志）（経営4）。故陣明のレースで心配されたが、自己ベストで7位に入賞した。いつも前年から政めるレース展開を選択してきたが、今回は後方位置取りをした。周りをうかがいながら走ることができたレースを振り返った。「8分切りを目指し、今回見つけた課題を一つひとつ克服し、レベルアップしていきたい」と力強く決意を語った。女子駅伝部に新風を吹き込んだ上田の今後が注目される。

福居紗希（現代政策2）は方

新入生の上田未奈（経済1）成田高出身が1500リレーで2位、木商人監督がレース前に言われた「最後の勝負士土に集るの言葉通り、あきらめずに入賞表彰台を狙う気持ちで走った」と笑顔で話した。今後について日本インカレでも上位に絡めたいと、そして駅伝に向けてチームを引っ張っていきたくて頼もしく答えた。1万が初出の牧野夏奈（現代政策2）と田島美加（経営4）も8位、10位、11位とした。今年の女子駅伝部は大いに躍りが期待できそうだ。

【吉田美咲】

意地を見せた3000m障害 女子は2人が表彰台



1500リレーで表彰台に上がった上田未奈（左）



1万が初出の牧野夏奈（左）

個人選手権

上田と堀井が2位

日本学生陸上競技個人選手権大会が5月12〜14日に神奈川県川崎市の「JOMO」スタジアム平塚で開催された。女子5人、男子8人が出場した。女子は、800リレーで上田未奈（経済1）が2分10秒46で2位（現代政策2）がタイムレースによって4位に入った。

駅伝選考会

第47回全日本大学駅伝対校選手権大会の関東選考会が6月20日、慶應大学日吉陸上競技場で行われた。男子駅伝部は総合15位で、上位9校までの出場権を獲得することはできなかった。一方、今大会からオープン参加する全日本大学選抜チームは松村輝助（経営3）が選出された。

【吉田美咲】

城西国際大学硬式野球部

春季リーグ優勝で大学選手権出場

姉妹校の城西国際大学の硬式野球部が千葉大学春季リーグ戦で初優勝を果たし、神宮球場や東京ドームで行われた全日本大学野球選手権に初出場した。

投打の逸材が牽引

春季リーグ戦は10勝1敗1分け、勝ち点5で完全優勝だった。昨年の秋季リーグは年連続3回目の優勝を果たし、今回、秋春連覇となった。天理高、早大、日本生命で活躍した佐藤清氏が007年に第4代監督に就任。佐藤監督は初の春季優勝に「これまでは秋に勝つチーム作りになっていた。サイクルを走ろうと思った」とスポッ紙に語った。

昨年の秋季大会を経験した選手



▲春季リーグ戦優勝で佐藤清監督を胴上げする部員たち

夏合宿で鍛える

主将の笠原将揮（経営4）は「正直言って、ダントツで優勝したかった。コースが難しい面もあったが、それ以外にもまだまだで結果に



酵素とビタミンの関係

鶏呑みにせず科学的根拠を

酵素を飲むと代謝が上がって痩せる——と、今話題になっている酵素とビタミン。今回はその関係がテーマです。はじめに酵素について説明したいと思います。酵素はタンパク質からできており、生体内触媒として生物の生命維持のために、エネルギーの生産や生体成分の合成・分解など、おびただしい種類の化学反応を整然かつ効率的にコントロールしています。また、触媒とは通常起こらないようなエネルギーの高い反応を低く安定化させ、反応を進みやすくさせる物質です。酵素はアミノ酸からできているので、

摂取すると体内で分解され、アミノ酸として吸収されます。そのため、酵素を食べたり飲んだりしても、痩せたり代謝が上がるとは考えられません。また、タンパク質は酵素の原料にはなりますが、多く摂取しても酵素は体内で必要な分しか作られないので、期待するような効果は得られないでしょう。では、どのようにしたら体内にある酵素がスムーズに働けるようになるのでしょうか。これにかかわるのがビタミンです。ビタミンとは生体内で補酵素として働きます。補酵素とは酵素が活性を発揮するための補助剤のことです。この補助

剤がないと、酵素が仕事をしなくなり、そのため、ビタミンが欠乏すると、それを必要とする酵素が欠乏して、欠乏症が現れます。普通の食事をしていれば必要量が摂取できるようになっていますが、偏食を続けたり、同じものばかり食べたりすると、ビタミン不足による障害が起きます。特に女性は痩せたいからと食事を抜く人や、テレビや雑誌の影響で酵素やサプリメントを摂る人がいますが、鶏呑みにせず科学的根拠を追求していきます。【巻嶋仁美、本多里菜】